medela

No. 1 choice of hospitals & mothers

Calma™

FR Mode d'emploi

BPA Bisphenol-A free

Nous vous félicitons d'avoir choisi d'acheter Calma. Depuis près de 50 ans, Medela lance des produits novateurs qui aident à améliorer la santé des bébés grâce aux bienfaits essentiels du lait maternel. Avec Calma, vous êtes assurée d'avoir trouvé un produit développé sur la base de recherches approfondies. Ces recherches ont démontré qu'avec Calma, votre bébé peut conserver le mécanisme d'alimentation qu'il applique lors de l'allaitement maternel. Votre bébé préférera toujours l'allaitement maternel, qui lui apporte tant de bienfaits. Toutefois, si vous êtes séparée de votre bébé, Calma constitue une excellente alternative qui minimisera toute interférence dans la relation que vous avez développée avec lui pendant l'allaitement. La solution d'alimentation Calma est destinée à l'alimentation au lait maternel des bébés nés à terme et en bonne santé.

Table des matières

1. Indication **5**

2. Signification des symboles **6**

3. Informations de sécurité importantes **8**

4. Description du produit **10**

4.1 Calma : un produit unique pour la mère et son bébé 10

4.2 Pièces du produit 11

4.3 Matériaux 11

5. Nettoyage **12**

5.1 Avant la première utilisation 12

5.2 Avant et après chaque utilisation 13

5.3 Une fois par jour 15

6. Préparatifs pour nourrir bébé avec Calma **16**

6.1 Etapes à suivre 16

6.2 Assemblage de Calma 17

7. Nourrir avec Calma **18**

7.1 Position correcte de succion 18

7.2 Nourrir bébé 19

8. Démontage de Calma **20**

9. Conservation et décongélation du lait maternel **21**

9.1 Conservation 21

9.2 Congélation 21

9.3 Décongélation 21

10. Le saviez-vous ? Questions fréquemment posées (FAQ) **22**

11. Mise au rebut **24**

12. Une gamme complète pour l'allaitement maternel **25**

1. Indication

Calma a été conçue pour alimenter au lait maternel des bébés nés à terme et en bonne santé. Calma n'a pas été dévelopée pour alimenter les bébés avec du lait industriel.

Avec Calma, votre bébé peut conserver le comportement naturel d'alimentation qu'il a acquis au sein. Si vous utilisez une tétine classique, votre bébé doit apprendre une nouvelle technique pour se nourrir. Afin d'éviter de perturber les habitudes de bébé, Medela vous recommande d'utiliser exclusivement Calma dès la première fois que vous donnez votre lait avec un biberon.

Sachez que Calma ne fonctionne pas comme les autres tétines qu'aurait pu utiliser votre bébé. En effet, l'écoulement de lait est provoqué par l'interaction entre le comportement de succion de votre bébé et le système de contrôle d'écoulement du lait de Calma. Aucune autre tétine classique n'est conçue de la sorte : c'est pourquoi il vous faudra peut-être faire preuve d'un peu de patience.

Vous pouvez utiliser Calma avec tous les biberons pour lait maternel Medela.

2. Signification des symboles

Les symboles d'avertissement renvoient à des instructions importantes en matière de sécurité. Le non-respect de ces instructions peut entraîner des blessures corporelles ou des dommages au dispositif.
Il existe plusieurs symboles d'avertissement. Chacun d'entre eux est associé à un terme spécifique. Voici l'explication des symboles :

Avertissement
Le non-respect des instructions de cette catégorie peut entraîner des blessures (mineures) ou une contamination/prolifération bactérienne.

Remarque
Le non-respect des instructions de cette catégorie peut causer des dommages matériels.

Info
Informations utiles ou importantes non relatives à la sécurité.

Symboles présents sur l'emballage

Ce symbole indique que le matériau peut être recyclé selon les règlementations en vigueur.

Ce symbole indique un emballage en carton.

Ce symbole indique que le produit doit être conservé à l'abri de la lumière directe du soleil.

Ce symbole indique que le produit est fragile et doit être manipulé avec précaution.

Ce symbole indique la limite de température à ne pas dépasser en cas de fonctionnement, de transport et de stockage.

Ce symbole indique le taux d'humidité maximal à respecter pour l'utilisation, le transport et le stockage.

Ce symbole indique la limite de pression atmosphérique à ne pas dépasser en cas de fonctionnement, de transport et de stockage.

Ce symbole indique que le produit doit être maintenu au sec.

Ce symbole fait référence à la codification unique du produit selon la norme du code article international (GTIN) GSI.

Ce symbole indique qu'il faut se référer au mode d'emploi.

Ce symbole fait référence au code de recyclage (ici, 01 pour le matériau à base de PET).

Ce symbole signifie que le matériau du produit a été homologué pour le contact alimentaire.

EN 14350 Ce code désigne la norme européenne « Articles de puériculture - Articles pour l'alimentation liquide ».

Symboles figurant sur le produit/le mode d'emploi

Ce symbole fait référence au fabricant.

PP Ce symbole signale l'utilisation de polypropylène.

3. Informations de sécurité importantes

Pour la sécurité et la santé de votre enfant
AVERTISSEMENT!
Le non-respect des informations de sécurité fournies dans ces pages peut être source de danger.

Pour la sécurité et la santé de votre enfant lisez toutes les instructions avant utilisation.

Produit

Calma n'est pas thermorésistant : le tenir éloigné des radiateurs et des flammes.

N'exposez pas Calma à la lumière directe du soleil.

Examinez le produit avant chaque utilisation : Etirez la partie en silicone transparent en longueur et en largeur afin de vérifier qu'elle soit intacte. Remplacez cette partie en silicone aux premiers signes d'endommagement ou d'usure.

Pour des raisons d'hygiène, nous préconisons de renouveler Calma tous les 3 mois.

Important :

l Manipulez avec soin le contenant et les différentes pièces.
l Le contenant en plastique ainsi que les différentes pièces peuvent être fragilisés par la congélation et risquent de casser en cas de chute.
l De même, le contenant et les différentes pièces peuvent être endommagés à la suite d'une mauvaise manipulation, par exemple en cas de chute, de vissage excessif ou de choc.
l Ne donnez pas le lait maternel si vous constatez que le contenant ou une des pièces est endommagé(e).

Utilisation

N'utilisez Calma que pour l'usage auquel il est destiné, tel que décrit dans ce manuel.

Ne vous en servez pas durant votre sommeil ou en cas de grande fatigue.

Ce produit est exclusivement réservé à un usage personnel. L'utilisation du même produit par plusieurs personnes peut présenter un risque sanitaire.

Conservez tous les composants inutilisés hors de portée des enfants.

Pour la sécurité et la santé de votre bébé

AVERTISSEMENT

l Utilisez toujours ce produit sous la surveillance d'un adulte.
l N'utilisez jamais une tétine / l'embout Calma en guise de sucette.
l Sucer des liquides de façon continue et prolongée abîme les dents.
l Vérifiez toujours la température du lait avant de l'administrer (risque de brûlure).
l Ne chauffez pas le lait au four à micro-ondes ; cela pourrait conduire à un réchauffement non homogène et votre bébé pourrait alors subir une brûlure.

4. Description du produit

4.1 Calma : un produit unique pour la mère et son bébé

La solution d'alimentation Calma n'a pas seulement l'air différent ; elle est différente. Contrairement aux tétines classiques, Calma permet à votre enfant de conserver le comportement naturel d'alimentation qu'il a acquis au sein.

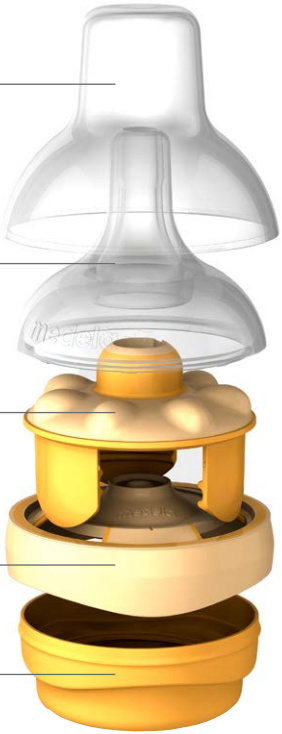
Avec Calma…

… votre bébé peut revenir plus naturellement au sein. Il n'a pas besoin d'apprendre une nouvelle technique d'alimentation.
… votre bébé peut téter, respirer et faire des pauses selon son propre rythme naturel. Il reste donc calme et détendu, aussi bien pendant qu'après la tétée.
… c'est votre bébé qui contrôle le processus d'alimentation, pas vous. On est en effet très proche du comportement d'alimentation au sein.

Pour plus d'informations concernant l'allaitement, reportez-vous au chapitre 7.

4.2 Pièces du produit

Pour la liste des pièces détachées et accessoires, reportez-vous au chapitre 12.


Capuchon de protection
Partie en silicone
Pièce supérieure (système de contrôle de l'écoulement de lait)
Base (système de contrôle de l'air)
Couvercle multifonction

4.3 Matériaux

- Capuchon de protection/ couvercle multifonction : polypropylène
- Pièce en silicone : silicone
- Base/Pièce supérieure : polypropylène et élastomère thermoplastique

5. Nettoyage

Avertissement

- **Nettoyez toutes les pièces immédiatement après utilisation pour éviter que des résidus de lait ne sèchent et pour empêcher la prolifération bactérienne.**
- N'utilisez que de l'eau potable pour le nettoyage.
- Ne nettoyez pas Calma à l'aide d'un objet dur ou pointu (par exemple un goupillon métallique, un cure-dent, ne pas gratter avec les ongles).
- Pour éviter toute contamination, ne touchez pas l'intérieur des pièces après le nettoyage.
- Ranger Calma dans un sachet/contenant ou un linge propre et perméable à l'air jusqu'à sa prochaine utilisation.

Remarque

- Si vous lavez Calma au lave-vaisselle, les pièces peuvent se décolorer. Ce phénomène n'a aucune conséquence sur le fonctionnement du produit.
- Ne laissez pas Calma au contact de la lumière directe du soleil ou d'une source de chaleur plus longtemps que la durée recommandée, car cela pourrait endommager le produit.

5.1 Avant la première utilisation

Avant d'utiliser le produit pour la première fois, nettoyez-le intégralement. Procédez comme suit :

- Après chaque utilisation, suivez les instructions figurant au chapitre 5.2.
- Puis, une fois par jour, exécutez la procédure décrite au chapitre 5.3.

Nettoyez abondamment et délicatement toutes les pièces à l'eau chaude et savonneuse (à environ 30 °C).

5.2 Avant et après chaque utilisation (1ère partie)

1

Pour plus de détails, consultez le chapitre 8 (étapes 1 à 3).

Démontez chaque élément de la solution d'alimentation.

2

Rincez toutes les pièces à l'eau tiède (environ 20 °C).
Vérifiez qu'aucune d'entre elles ne soit endommagée et, aux premiers signes de détérioration ou d'usure d'une pièce, remplacez-la.

4

Rincez toutes les pièces à l'eau froide (environ 20 °C) pendant 10 à 15 secondes.

5

Séchez les pièces avec un chiffon propre ou laissez-les sécher sur un chiffon propre.

5. Nettoyage

Avertissement

- N'utilisez que de l'eau potable pour le nettoyage.
- Pour éviter toute contamination, ne touchez pas l'intérieur des pièces après leur stérilisation.
- Rangez Calma dans un sachet/ contenant ou un linge propre et perméable à l'air jusqu'à sa prochaine utilisation.

Remarque

- Lorsque vous faites bouillir les pièces de Calma, vous pouvez ajouter une cuillère à café d'acide citrique pour éviter la formation de calcaire. L'acide citrique peut laisser de légères traces sur les pièces. Rincez-les uniquement à l'eau potable. Séchez Calma comme sur la figure 3.
- Ne laissez pas Calma au contact de la lumière directe du soleil ou d'une source de chaleur plus longtemps que la durée recommandée, car cela pourrait endommager le produit.

5.2 Avant et après chaque utilisation (2e partie)

Au lieu d'effectuer les opérations 2, 3, 4 et 5 des pages précédentes, vous pouvez laver Calma au lave-vaisselle. Si vous choisissez cette option, placez les pièces du produit dans le panier supérieur ou dans le bac à couverts.

5.3 Une fois par jour

1

Démontez chaque élément de la solution d'alimentation.

Pour plus de détails, consultez le chapitre 8 (étapes 1 à 3).

2a

Recouvrez toutes les pièces d'eau et portez à ébullition pendant 5 minutes.

ou

2b

Utilisez un sachet pour micro-ondes Quick Clean* conformément aux instructions.

3

Séchez les pièces avec un chiffon propre ou laissez-les sécher sur un chiffon propre.

*Pour plus d'informations, consultez le site www.medela.fr

6. Préparatifs pour nourrir bébé avec Calma

Avertissement

- Lavez-vous soigneusement les mains (pendant environ une minute) avec de l'eau et du savon avant de manipuler Calma.
- Réchauffez le lait maternel dans le contenant en laissant le couvercle multifonction ! (voir l'illustration). La température ne doit pas dépasser 37 °C.

37 °C max.

- Exécutez soigneusement toutes les étapes dans le bon ordre.

Remarque

- N'utilisez que des accessoires Medela d'origine.
- Avant utilisation, vérifiez que les pièces de Calma et le biberon ne présentent aucun signe d'usure ou de détérioration. Remplacez-les si nécessaire.
- Tous les pièces doivent être complètement sèches avant utilisation.
- Ne laissez pas le produit Calma exposé à la lumière directe du soleil ou à une source de chaleur.

Info

- Vous pouvez fermer le biberon avec le couvercle multifonction pour le transport. Vous pouvez aussi placer le couvercle multifonction sous l'embout Calma pour le conserver au propre entre 2 utilisations.

6.1 Etapes à suivre

- Exprimez et conservez le lait maternel. Les consignes de conservation sont détaillées dans le chapitre 9.
- Nettoyez Calma conformément aux illustrations du chapitre 5.
- Assemblez le produit en suivant les explications fournies dans ces pages.
- Réchauffez le lait maternel préalablement conservé au frais. La température ne doit pas dépasser 37 °C.
- Vissez Calma sur le biberon juste avant de nourrir votre bébé.

Rabattez le bord de l'embout en silicone par dessus la pièce supérieure.

6.2 Assemblage de Calma

1

Prenez la partie en silicone au niveau de sa base. Retroussez le bord vers l'extrémité de l'embout. Ne touchez pas l'extrémité de l'embout qui se place dans la bouche de bébé !

2

Positionnez la partie en silicone (avec le bord retourné) au centre de la pièce supérieure en la poussant sur la partie saillante de celle-ci.

4

Placez la partie supérieure assemblée avec l'embout silicone par dessus la base. Assurez-vous d'avoir correctement assemblé les pièces.

5

Remplissez le biberon de lait maternel. Vissez Calma sur le biberon juste avant de nourrir votre bébé.

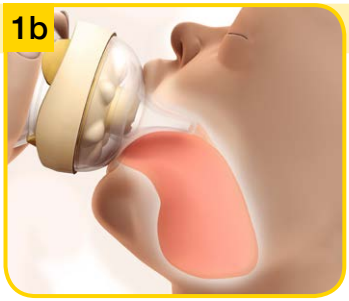
7. Nourrir avec Calma

i Info

- Pour encourager votre bébé à ouvrir la bouche et attraper Calma, stimulez ses lèvres comme vous pourriez le faire avant de le mettre au sein.
- Il vous faudra peut-être faire preuve d'un peu de patience avant que votre bébé n'accepte Calma. En effet, il entre pour la première fois en contact avec un objet artificiel, au lieu du sein auquel il est habitué. Pour votre bébé, c'est nouveau : il ne sent plus votre odeur ni celle de votre lait comme lorsqu'il tète au sein.

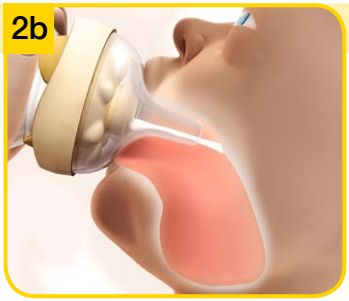
7.1 Position correcte de succion

- Tenez votre bébé en position semi assise.
- Approchez Calma de la lèvre inférieure de votre bébé, selon un angle d'environ 45 degrés.
- Lorsque votre bébé ouvre la bouche, placez l'extrémité de l'embout en silicone sur le bout de sa langue. Ne mettez pas vous même l'embout dans sa bouche, laissez le faire. Votre bébé le prendra en bouche aussi loin que nécessaire, tel qu'il l'a appris avec le mamelon lors de l'allaitement au sein (voir les illustrations 1a et 1b de la page suivante).
- Tant que bébé boit avec Calma, laissez l'embout dans la position que votre bébé a choisie. Pour gérer l'écoulement de lait, votre bébé doit créer un vide (voir les illustrations de la page suivante). Si vous interférez sur le positionnement de Calma, en poussant l'embout vers l'intérieur ou l'extérieur, vous risquez d'interrompre la succion. Votre bébé risquerait aussi d'avaler de travers.



L'illustration 1a ci-dessus montre comment votre bébé tient votre mamelon dans la bouche pendant l'allaitement. L'illustration 1b montre la bonne position de la bouche lors de l'utilisation de Calma pour nourrir votre bébé.

7.2 Nourrir bébé



Durant l'allaitement, votre bébé doit créer un vide afin de déclencher l'écoulement de lait. Le lait s'écoule dans la bouche lorsque le vide intrabuccal est à son maximum. À ce moment, la langue de votre bébé est positionnée au plus bas et votre mamelon est étiré dans sa bouche (voir l'illustration 2a ci-dessus).

Calma fonctionne de façon similaire. Votre bébé doit reproduire un comportement similaire pour générer un vide permettant l'écoulement du lait (voir l'illustration 2b ci-dessus). Il est donc important de laisser Calma dans la position choisie par votre bébé pendant l'alimentation avec Calma.

8. Démontage de Calma

Avertissement

I Nettoyez toutes les pièces immédiatement après utilisation pour éviter que des résidus de lait ne sèchent et pour empêcher la prolifération bactérienne.

1

Dévissez Calma du biberon.

2

Séparez la pièce supérieure assemblée avec la partie silicone de la base de l'embout.

3

Soulevez le bord de la partie en silicone, puis séparez-la de la pièce supérieure.

Vous avez à présent démonté Calma et pouvez nettoyer toutes les pièces conformément aux instructions du chapitre 5.

9. Conservation et décongélation du lait maternel

9.1 Conservation

Règles de conservation pour le lait maternel fraîchement exprimé
(pour les bébés nés à terme et en bonne santé)

Température ambiante	Réfrigérateur	Congélateur	Lait maternel décongelé
4–6 heures à 19–26 °C	3–8 jours à 4 °C ou moins	6–12 mois entre –18 et –20 °C	Au réfrigérateur pendant 10 h max. Ne pas recongeler !

- Ne conservez pas le lait maternel dans la porte du réfrigérateur. Choisissez plutôt la partie la plus froide du réfrigérateur (à l'arrière de la clayette en verre au-dessus du bac à légumes).

9.2 Congélation

- Vous pouvez congeler le lait maternel exprimé dans des biberons ou des sachets « Pump & Save »*. Remplissez votre contenant (biberon pour lait maternel ou sachet Pump&Save) aux ¾ maximum afin de laisser de l'espace pour la solidification du lait.
- Notez la date d'expression sur les biberons pour lait maternel ou les sachets « Pump & Save ».

9.3 Décongélation

Avertissement

Ne décongelez pas et ne réchauffez pas le lait maternel au four à micro-ondes ou dans une casserole d'eau bouillante afin d'éviter toute perte de vitamines, de minéraux et d'autres ingrédients essentiels, ainsi que tout risque de brûlure.

- Pour préserver les composants du lait maternel, laissez décongeler celui-ci dans le réfrigérateur toute une nuit avant utilisation. Vous pouvez également passer le biberon ou le sachet « Pump & Save » sous l'eau chaude (37 °C max.).
- Secouez délicatement le biberon ou le sachet « Pump & Save » afin d'homogénéiser les corps gras. Évitez de secouer vigoureusement le lait.

*Pour plus d'informations, consultez le site www.medela.fr

10. Le saviez-vous ? Questions fréquemment posées (FAQ)

Calma n'est-elle pas un peu trop longue ?

Si vous pensez que Calma semble un peu trop longue, soyez rassurée : sa longueur est étudiée. Comme vous le savez, pendant l'allaitement, votre mamelon s'allonge dans la bouche de votre bébé et peut doubler de taille. Calma peut atteindre un point similaire à celui du mamelon dans la bouche de votre bébé. Il est néanmoins important de vous assurer que votre bébé adopte une position de succion correcte (pour plus d'informations, reportez-vous au chapitre 7).

Une seule taille de Calma suffit-elle vraiment ?

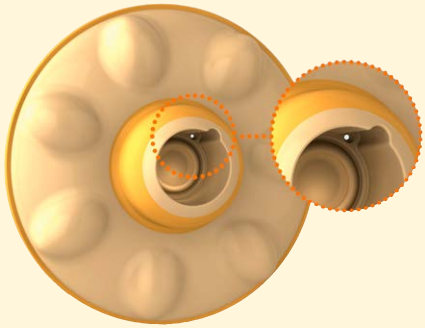
Vous ne le croirez peut-être pas, mais une seule taille suffit. Tout simplement comme vos seins qui ne changent pas durant la période de lactation. À mesure que votre bébé grandit au cours de cette période, le débit, la forme et la longueur de Calma s'adaptent à ses besoins.

Est-ce que Calma peut aider à éviter les gaz ?

Calma peut contribuer à éviter les gaz, dans la mesure où le biberon est aéré grâce à notre système unique de contrôle de l'air. À l'inverse de bon nombre de systèmes biberon/tétine ventilés, Calma garantit une ventilation indépendamment de la façon dont le produit est assemblé.

Mais par où sort le lait ?

Le lait s'écoule par un tout petit orifice faisant partie du système de régulation de l'écoulement de lait et situé sur la pièce supérieure de l'embout de Calma (voir l'illustration). Le débit de lait est contrôllé par l'interaction entre ce système de régulation et la force d'aspiration créée par votre bébé. Contrairement à d'autres tétines, le fait d'appuyer sur la partie silicone ne génère pas l'écoulement du lait.



Mais soyez sûre que votre bébé saura par lui-même comment obtenir le lait. Pour nettoyer la pièce supérieure assurant le système de contrôle d'écoulement du lait, évitez d'utiliser tout objet dur ou pointu (par exemple un goupillon métallique, un cure-dent, ne pas gratter avec les ongles).

Pourquoi Calma goutte-t-elle parfois légèrement ?

Calma peut légèrement goutter dans deux situations.

- Ce phénomène peut avoir lieu en fin d'utilisation de Calma (lorsque le biberon est retiré de la bouche). Des gouttes peuvent couler de l'embout si bébé n'a pas avalé la totalité du lait qu'il a extrait au moment où il veut lâcher l'embout.
- D'autre part, il est possible que quelques gouttes de lait coulent de Calma lorsque vous tenez le biberon vers le bas, Cela est dû à la membrane, située à l'intérieur du système de régulation de l'écoulement de lait, qui est souple et non rigide. L'apparition d'un faible goutte à goutte peut dépendre de la température et de la quantité de lait dans le biberon. En effet, la chaleur et le poids du lait peuvent générer une pression contre cette membrane. Notez que ce phénomène n'altère en rien le fonctionnement de Calma.

Quand dois-je remplacer Calma ?

Pour des raisons d'hygiène, nous recommandons de remplacer Calma tous les trois mois.

11. Mise au rebut

Jetez Calma conformément à la réglementation locale.

12. Une gamme complète pour l'allaitement maternel

Vous pouvez obtenir auprès des distributeurs Medela les variantes de produit et accessoires indiqués ci-dessous. Lors de votre commande, merci de préciser la référence du produit (réf. article).

Variantes du produit

Référence de l'article	Produit
008.0138	Calma Seule (DE/FR)
008.0139	Calma Seule (EN/FR)
008.0140	Calma Seule (NL/FR)
008.0141	Calma Seule (ES/PT)
008.0142	Calma Seule (IT/PL)
008.0143	Calma Seule(SV/DA)
008.0144	Calma Seule (NO/FI)
008.0145	Calma Seule (RU/HU)
008.0146	Calma Seule (TR/CS)
008.0147	Calma Seule (EL/HE)
008.0148	Calma Seule (EN/JA)
008.0149	Calma Seule (EN/ZH)
008.0150	Calma Seule (TW/KO)
008.0203	Calma Seule (EN/AR)
008.0208	Calma Seule (EN/TW)

Accessoires

Référence de l'article	Produit
800.0796	Biberons pour lait maternel 150 ml (3 pièces) (EN/DE/FR/IT/NL)
800.0797	Biberons pour lait maternel 150 ml (3 pièces) (EN/ES/PT/EL/HE)
008.0072	Biberons pour lait maternel 150 ml (3 pièces) (EN/JA/KO/TW/ZH)
008.0073	Biberons pour lait maternel 150 ml (3 pièces) (EN/RU/HU/CS/TR)
008.0074	Biberons pour lait maternel 150 ml (3 pièces) (EN/SV/DA/NO/PL)
200.1659	Biberons pour lait maternel 250 ml (2 pièces) (EN/DE/FR/IT/NL)
008.0091	Biberons pour lait maternel 250 ml (2 pièces) (EN/JA/KO/TW/ZH)
008.0075	Biberons pour lait maternel 250 ml (2 pièces) (EN/SV/DA/NO/PL)
008.0137	Biberons pour lait maternel 250 ml (2 pièces) (EN/ES/PT/EL/HE)

Les autres produits Medela sont disponibles sur www.medela.com.

Soigner les mamelons
Exprimer le lait
Recherche factuelle
Formation
Expertise
Service
Innovation
Professionnels
Nourrir bébé
Reccueillir le lait
Transporter et nettoyer

Medela AG
Lättichstrasse 4b
6341 Baar, Switzerland
www.medela.com

International Sales
Medela AG
Lättichstrasse 4b
6341 Baar
Switzerland
Phone +41 (0)41 769 51 51
Fax +41 (0)41 769 51 00
ism@medela.ch
www.medela.com

France
Medela France Sarl
14, rue de la Butte Cordière
91154 Etampes Cedex
France
Phone +33 (0)1 69 16 10 30
Fax +33 (0)1 69 16 10 32
info@medela.fr
www.medela.fr

© Medela AG/200.7195/2014-02/A